健康ウオーキング大会 第31回江戸川区新人演奏会オー ディション参加者募集

住民税の申告は正しくお早めに 江戸川区職員採用情報

> 江戸川総合人生大学公開講座 首都直下地震に備える Vol.3 ~災害時の情報伝達と避難行動~



■発行/江戸川区 ■編集/広報課 〒132-8501 江戸川区中央1-4-1 ☎ 3652-1151(代表) 3652-1109 扁 http://www.city.edogawa.tokyo.jp/

# 量のていまき 地域からの健康づくり

~あなたのまちのファミリーヘルス推進員~

ファミリーヘルス推進員は、「家庭か ら地域へ健康づくりを広げるリーダート として、健康サポートセンターと共に 区民の健康を支えるさまざまな活動を 行っています。

今回は、推進員の活動と、活動の一 つでもある健康ウオーキング大会を紹 介します。

間健康サービス係☎5661-2466



地域の皆さんの健康への関心を高めることを目的に、生活習慣病や介 護予防など、幅広いテーマで健康講座を開催しています



血圧・体脂肪測定や健康体操など、健康づくり・体力維持のための普 及・啓発活動を行っています



外出の機会が少なくなりやすい熟年者に、地域の皆さんとの交流に参 加してもらい、健康づくりにつなげています。毎回、趣向を凝らした楽 しいイベントを開催しています



気軽にできる健康づくりの一つであるウオーキングの普及を目的に、 毎年3月~4月の健康ウオーキング大会をはじめ、定期的に地域の方と ミニウオーキングを開催しています

### 地域ぐるみで健康づくり

江戸川区ファミリーヘルス推進員会 協議会長 若代 雅代さん

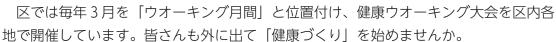


ファミリーヘルス推進員は、 各町会・自治会からの推薦を受 けて、健康に関するさまざまな 活動をしています。昭和61年の 発足当初は、家庭での健康づく

りや健康講座が中心でしたが、近年は、ウオー キングやイベント、子育て広場への支援など、 地域に積極的に出て活動しています。

生活習慣病や介護予防、認知症、そして自殺 予防対策など、時代の変化に伴い私たちを取り 巻く健康に関する課題は多岐にわたっています。 推進員一人ひとりの力を結集し、区と連携を深 めながら区民の皆さんと一緒に、地域に根ざし た健康づくりに取り組んでいきます。

# 健康ウオーキング大会に行こう!



歩、行、姿、勢、の、ポ、イ、ン、ト

### 効果的なウオーキングのためには、

### 背筋を伸ばした姿勢で歩くことが大切です!

- ○頭は左右に動かさず、きちんと固定。十数メートル先を見る
- ○呼吸は一定のリズムで、息をしっかり吐く
- ○胸を張り、肩と肘の力は抜いて大きく腕を振る
- ○膝は伸ばし、足を高く上げ、躓から着地する
- ○歩幅は広く。目安は〔身長 (cm) ×0.45~0.5〕 cm
- ○後ろ足の爪先で体を前に押し出すように蹴る
- ○ガニ股、内股にならないように一直線上を歩く



健康ウオーキング大会の・

日程・集合時間 3月1日回9時30分 (受け付けは9時から)

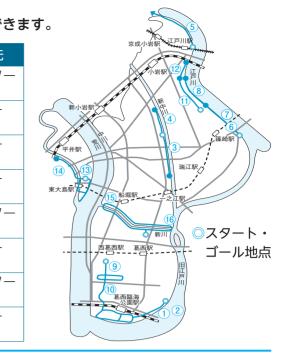
### 3月8日回9時30分 (受け付けは9時から) 3月14日田 9時45分 (受け付けは9時30分から) 3月14日 田 8 時45分 (受け付けは8時15分から) 3月14日田 9時15分 (受け付けは9時から) 3月14日田 9時30分 (受け付けは9時15分から) 4月4日田9時 (受け付けは8時50分から) 4月5日回10時 (受け付けは9時から)

# 1面からの続き

葛西小学校集合~新川遊歩道(⑮4km・⑯6km)

<b>康ウオーキング大会</b>	無料 ※当日参加もで
<b>合場所・往復コース・距離</b>	申し込み・問い合わせ先

集合場所・任復コース・距離	申し込み・問い合わせ先
なぎさ公園ゲートボール場集合~葛西臨海公園 (① 5 km ・② 7 km)	なぎさ健康サポートセンター <b>☎</b> 5675-2515
大杉第二小学校集合~③涼風橋(4km)/④松本橋(7km)	中央健康サポートセンター ☎5661-2467
小岩菖蒲園集合~⑤寅さん記念館(5.6km)	小岩健康サポートセンター ☎3658-3171
篠崎ポニーランド集合〜⑥篠崎町1丁目 (1.5km) / ⑦浅 間神社 (3 km) / ⑧善養寺 (6 km)	東部健康サポートセンター ☎3678-6441
虹の広場入□集合〜新左近川親水公園〜⑨清新町緑道入□ (4km) /葛西臨海公園〜⑩清新町緑道入□ (7km)	清新町健康サポートセンター ☎3878-1221
浅間神社バス停土手下集合~⑪江戸川病院前 (3km) / ⑫総武線鉄橋下 (5km)	鹿骨健康サポートセンター ☎3678-8711
都立大島小松川公園自由の広場集合~⑬小松川千本桜南端 (4km)/旧中川沿い~⑭亀戸中央公園 (7km)	小松川健康サポートセンター ☎3683-5531
草西小学校集会。新川茨生港 (@ 4 km,@ 6 km)	葛西健康サポートセンター



### リハビリ・運動相談(予約制)

けがや病気による身体障害・高次脳機能障 害・言語障害・嚥下障害、足腰が弱った方な どのリハビリや運動について、理学療法士・ 作業療法士・言語聴覚士が相談に応じます。 ■場下表のとおり 八各4人程度(申込順) 申問2月23日月9時から各会場に電話で

日時	寺(3月)	会場(健康サポートセンター)
5 日困	9 時~11時	清新町☎3878-1221
9日月	14時~16時	小 岩☎3658-3171
12日困	9 時~11時	中 央☎5661-2467

### 第27回江戸川区心身障害者(児) 作品展示会

区内在住の心身障害者(児)の方々による 絵画・手芸・書道などの作品展示会です。

- 2月28日田~3月2日月10時~16時 (3月2日は15時まで)
- 場値タワーホール船堀1階展示ホール1 **共**江戸川区
- ■週作品展示会実行委員会・高橋 **3**3670-5069

### 聴覚障害者向け講演会

- 3月7日田13時30分~15時30分
- 場値タワーホール船堀4階研修室
- ☑「手話言語法について」
- ※手話通訳、パソコン要約あり。
- △聴覚障害者と家族80人(先着順)
- 聞全日本ろうあ連盟事務局長・久松三二
- 協江戸川ろう者協会

申

申し込み

合わせ ⊠電子メール

□ホームページ

問障害者福祉課計画係☎5662-0044

### 科学教育センター区民指導員募集

小・中学生の科学の観察・実験の指導員を 募集します。

- 6月~28年2月の田8時30分~13時 (全16回) ※午後に実施の場合もあり。
- 場区内の小・中学校14カ所
- 从区内在住または在勤で、科学の研究に携わ った経験のある方または小学校教員免許、 中学校理科教員免許を有する方(大学生・ 大学院生も可)
- 申問履歴書(写真貼付)に研究歴・希望場所 (小学校または中学校)を記入し、3月4 日図までに郵送(必着)または持参、〒13 2-8501(住所不要) 教育委員会指導室(区 役所 4 階 6 番) ☎5662-1634

### 総合相談会 「大切ないのちを 守る"生きる"支援」

**2**3688-0154

「眠れない・体がだるい」「仕事が見つから ない」「借金が返済できない」など、生活上 のさまざまな問題に、弁護士や保健師などの 専門家が相談に応じます。直接会場へ。

- 3月5日困 場江戸川保健所
- 時14時~18時(受け付けは17時まで)
- 問いのちの支援係☎5661-2478

### 子育てを応援します*!*

- ○ボランティアによるイベント
- ■内①3月6日量⇒パネルシアター ほか
- ②3月19日困⇒絵本、紙芝居、手遊び
- 畸10時30分~11時 ス未就学児と保護者
- 趾①おはなしクレヨン/②おはなしたまご
- <u>場問値</u>子ども家庭支援センター(勤労福祉会 館内) ☎3877-2460
- ◯ファミリーサポートに参加しませんか
- 子育てを地域で助け合う活動です。 ■ 3月16日月 場勤労福祉会館
- 内時説明会⇨10時~11時30分/

基礎研修会⇒12時20分~15時20分

- ※活動を行うためには、両方の受講が必要。
- <u>申問</u>電話で、ファミリー・サポート・センタ - ☎3877-2560 ※一時保育あり、2月 21日田 9 時から要予約。

### えどがわボランティアフェスティバル 参加団体募集

- 7月12日回10時~16時
- 場タワーホール船堀1階展示ホール ほか
- **募集内容** ①ブース、②メインステージ、③ フリーマーケット、④学びと体験コーナー、 ⑤ つながるステージ
- 【☑区内で活動するボランティア団体、NPO法 人、学校のボランティア部など⇒①25団体 ・212団体・311団体・413団体・57団 体(いずれも応募多数の場合は抽選)
- 申問参加申込書(えどがわボランティアセン ターで配布またはえどがわボランティアセ ンターのホームページからダウンロード) を3月14日団までに郵送(必着)またはフ ァクシミリ・持参、〒132-0031 松島1-38-1 グリーンパレス1階 えどがわボ ランティアセンター☎5662-7671.236 53-0740

### 一之江名主屋敷で過ごす桃の節供

収蔵資料のひな人形を展示します。古民家 で日本の伝統行事を体感してください。直接 会場へ。 4 4

- 2月24日図~3月3日図 (3月2日別を除く)
- ₩10時~16時

### 関連行事を開催します

- 昔ばなしの会(直接会場へ)
- 3月1日回11時~12時
- 内桃の節供にまつわる昔ばなし
- 从5歳以上の方30人(先着順)
- 《場》一之江名主屋敷
- 《問》文化財係☎5662-7176

### えどがわエコセンターの催し 「新聞紙バッグ作り教室」

- 3月6日盈・7日田10時から・13時から
- 場タワーホール船堀 3 階えどがわエコセンタ 一多目的ルーム
- 人各12人(申込順)
- ※小学生以下は保護者同伴。
- ¥200円 持新聞紙 3 枚
- <u>申問 2 月21日田10時から電話で、えどがわエ</u> コセンター☎5659-1651

### 第31回江戸川区新人演奏会 オーディション参加者募集

- 国内5月9日田⇒ピアノ・弦楽器 5月10日□⇒管楽器・声楽
- 場タワーホール船堀 5 階大ホール
  - ※演奏会(7月12日日)も大ホールで実施。
- 【専門の部⇒音楽学校在学生・出身者/一般 の部⇒区内在住または在勤・在学の方、区 内音楽団体在籍者
- 審査員=佐藤眞、嶺貞子、似鳥健彦(ほか)
- ¥区内在住・在勤の方1万円(そのほか1万 2000円)
- 並江戸川区、江戸川区音楽協議会
- 甲応募要項(区役所3階8番文化課で配布ま たは音楽協議会ホームページ(温http:// eonkyo.net/)に掲載)内の申込用紙に参 加費の振り込みが分かる証明書を添付し、 4月6日 月までに郵送 (消印有効)、 〒132-8501(住所不要) 文化課推進係
- 間江戸川区音楽協議会・深野理恵☎090-98 32-2044 ※上位者に賞金を贈呈。

●穂高号・塩沢号運行予定

### 穂高荘・塩沢江戸川荘 6月1日月~30日火の宿泊分の申し込みを電話で受け付けます

**受付開始日** 3月1日回

**受付時間** 9 時~17時

※受付開始日のみ、予約が重なる日は 抽選。3月2日 同以降は先着順。

◎塩沢江戸川荘は設備点検などのため、 6月2日図10時~4日困に休館します。

### 穂高号・塩沢号運行予定

右表のとおり

- ・穂高荘⇔6月はバラやあじさいなどが見頃を迎えます。
- 塩沢江戸川荘⇒人気の「ベストシーズン尾瀬コース」が復活しました。

### 《問・申込先》

穂高荘予約センター☎5662-7051 /塩沢江戸川荘予約センター☎012 0-007-095

6月 穂 高	号〔穂高荘☎0263-83-3041〕	バス料金
1日月~3日丞2泊	雄大な北アルプスを望む <b>新穂高ロープウェイ</b>	1万4000円
3日丞~5日盈2泊	飛騨の小京都 <b>高山散策</b>	1万5000円
5日氫~7日目2泊	世界遺産 <b>富士山</b> 五合目とあこがれの <b>上高地</b>	1万4000円
7日日~9日四2泊	穂高荘・塩沢江戸川荘周遊コース	1万5000円
9日区~11日困2泊	新緑の <b>乗鞍スカイライン</b>	1万4000円
10日丞~12日盈 2 泊	雲海に浮かぶ大自然 <b>駒ヶ岳千畳敷カール</b>	1万5000円
12日 圖~14日 目 2 泊	秘境を行く <b>黒部峡谷トロッコ電車</b>	1万6000円
13日田~14日日 1 泊	日本一長い <b>ハイジの村バラの回廊と花の都公園</b>	1万3000円
14日目~16日区 2泊	合掌造りの家並み 世界遺産 <b>白川郷</b>	1万6000円
16日四~18日困 2泊	<b>豪商の館</b> 見学と <b>小布施名物栗おこわ</b> を堪能(昼食 1 回付き)	1万6300円
16日区~20日田 4泊	穂高荘の温泉を楽しむ 5 日間	1万4000円
18日困~20日田 2泊	森林浴発祥の地 <b>赤沢自然休養林</b>	1万5000円
20日田~21日目 1泊	大自然を満喫 あこがれの <b>上高地</b>	1万3000円
21日日~23日区 2泊	人気上昇中 スリル満点 / <b>諏訪湖水陸両用バス</b>	1万4000円
23日四~25日困 2 泊	松川渓谷滝めぐりと小布施散策	1万5000円
25日困~27日田 2 泊	江戸時代の町並み <b>奈良井宿</b> とあじさいの <b>戸倉上山田智識寺</b>	1万5000円
27日田~29日月 2泊	アルペンルートの名物 <b>黒部ダム放水</b> と絶景の <b>大観峰</b>	1万4000円
29日月~7/1团2泊	木曽路の名所 <b>妻籠宿・馬籠宿</b>	1万6000円

金	6月	塩 沢	号	〔塩沢江戸川荘☎025-783-4701〕	バス料金
00円	1日月	~ 2 日区	1泊	初めての方でも安心 坂戸山登山で山菜採り	1万2000円
00円	5日金	~7日日	2泊	湯沢高原アルプの里と塩沢江戸川荘で山菜採り	1万4000円
00円	7 🗆 🗆 -	~10日丞	3泊	佐渡花紀行 大野亀のカンゾウ100万本の大群落	1万7000円
00円	10日丞-	~12日匳	2泊	新緑美しい 秘境 <b>秋山郷探訪の旅</b>	1万4000円
00円	12日金	~14⊟⊟	2泊	ネイチャーガイドと行く水芭蕉咲く <b>尾瀬ヶ原ハイキング</b>	1万5000円
00円	14日日	~16日区	2泊	十日町新緑の里山巡りと塩沢江戸川荘で山菜採り	1万4000円
00円	16日四~	~18日困	2泊	みつけイングリッシュガーデンと見附二ットアウトレットショップ	1万4000円
00円	17日丞-	~19日匳	2泊	日本海の絶景 <b>笹川流れと名湯・瀬波温泉</b>	1万6000円
00円	18日困~	~20日王	2泊	山形さくらんぼ狩りと名湯・上山温泉	1万6000円
00円	20日里~	~22日囯	2泊	新緑の <b>奥只見遊覧とローカル線車窓の旅</b>	1万5000円
00円	22日月~	~24日丞	2泊	注目スポット 食と花の複合施設いくとぴあ食花	1万5000円
00円	24日丞~	~26日匳	2泊	新潟ふうど探訪の旅~塩沢江戸川荘スタッフ同行~	1万4000円
00円	25日困~	~27日王	2泊	山形さくらんぼ狩りと名湯・上山温泉	1万6000円
00円	27日田~	~29日囯	2泊	ネイチャーガイドと行くベストシーズン <b>尾瀬ヶ原ハイキング</b>	1万5000円
00円	29日月-	~7/1团	2泊	護摩堂山山頂に咲く3万株の紫陽花	1万5000円

### シノプラ・ロビーコンサート

### 直接会場へ。

■ 2月26日困13時30分~14時

・15時~15時30分

場間篠崎文化プラザ☎3676-9071

### 勤労福祉会館の催し

### ①第32回勤福サークル文化祭

■ 3月1日回9時~15時

☑ステージ発表 (10時から)、作品展示、太 鼓実演、お茶席、模擬店 ほか

### ②アーチェリー初心者講習会

■ 3月8日回10時~12時、3月9日~20日の 月水逾19時~21時(全7回)

【中学生以上の方15人(申込順) ¥1400円

《**場申問**》①直接会場へ、②2月21日田10時 から電話または窓口で、

勤労福祉会館☎3688-1481

### 

催し	日 時	対 象	会場・申し込みなど
おはなしクレヨンの英語おはなし会     「えいごがいっぱい!     」	2月22日日	幼児(保護者同伴) ~	場間 <b>◎</b> 東部図書館
	14時~15時	小学生70人(先着順)	☎5666-1022
マジックの世界へようこそ <i>!?</i>	3月1日日	80人	□東京大学奇術愛好会 場間 ●中央図書館 3656-6211
パート II	14時~15時	(先着順)	
春の日の朗読会2015	3月8日日	中学生以上の方70人	<b>盟</b> 劇的語りユニットWai
(図幸田文「おきみやげ」ほか)	14時~15時50分	(先着順)	場間@西葛西図書館☎5658-0751
朗読に親しもう	3月15日回	50人	<ul><li>場篠崎文化プラザ</li><li>出江戸川総合人生大学朗読会</li><li>□間 2 月28日田14時から電話または窓</li><li>□で、篠崎図書館☎3670-9102</li></ul>
〜春の朗読会〜	14時~15時30分	(申込順)	
大好きドラえもん ~アニメ・ドラえもん誕生の秘密~ (№「アニメ・ドラえもん」の人気の秘密や製作の裏側の話など)	3月15日回 14時~16時	中学生以上の方50人 (申込順) ※乳幼児の同伴は不 可。	⊞別紙壮一
江戸川区の学童集団疎開	3月22日回	小学生以上の方20人	SSI を 1 日本 1
〜体験者にお話をきく〜	14時~15時	(申込順)	
歴史講演会「薩長同盟を考える」 〜木戸孝允・小松帯刀・西郷隆盛・坂 本龍馬の動き〜	3月29日回 14時~15時30分	中学生以上の方40人 (申込順)	場松江区民プラザ ・ 脚歴史作家・ 桐野作人 ・ 申問 2 月21日田 9 時から電話または窓 ・ 口で、松江図書館☆3654-7251

# サークル会員募集 仲間になるう

### 健康太極拳 たんぽぽ

毎週図10時~11時30分/総合 文化センター前広場/花塚☎ 080-5680-3837

### 卓球 きらく会

毎週\(\alpha\)18時30分~20時30分· 毎週\(\alpha\)9時30分~12時30分/ 鹿本中学校/入会金1000円/ 年1200円/武藤☎080-5690 -4567=19時30分以降

### 親睦ゴルフ会

奇数月の<u>同</u>/千葉県内/1回 3000円/阿久澤☎5668-27 73=9時~12時/プレー代 が別途必要

### 熟年親睦ゴルフ会

偶数月の<u>同</u>/千葉県内/1回 3000円/五味 **2**090-3338-4443/プレー代が別途必要

### 健康体操 サークルB・H

毎週月9時30分~11時/平井 コミュニティ会館/入会金 1000円/月3000円/岩佐☎36 82-8528

### ジャズダンス 鹿骨チューリップ

毎週月17時30分~18時30分/ 鹿骨区民館/入会金1000円/ 月3700円/太田 **3**677-15 20=18時以降/3歳~中学 生対象

### ハイキング・登山 江戸川山友会

毎月第2図19時~21時/タワーホール船堀/入会金1000円/年5000円/中代☎090-7905-5373=15時以降

### 社交ダンス あざみの会

毎週118時30分~21時/勤労福祉会館/月2500円/宮内☎3679-4216=19時以降

### ハワイアンダンス レフアサークル

月3回図10時30分~12時/コミュニティプラザー之江/月3500円/和知☎090-4741-9258=9時~12時/中学生以上対象

### ハワイアンダンス ティアレサークル

月3回図19時30分~21時/二 之江コミュニティ会館/月35 00円/鈴木☎5605-4377= 18時以降/中学生以上対象

### ハワイアンダンス ケイキ フラ ククイ

月3回 16時30分~18時/二 之江コミュニティ会館/月30 00円/新見 5607-5383= 9時~12時/5歳~小学生対

### 盆踊り・民踊 すみれ会

毎週図13時~15時/鹿骨区民館/入会金500円/1回200円/佐田☎3698-5601

### 洋裁 おしゃれソーイング 毎月第2・4月13時〜16時/

グリーンパレス/入会金500 円/月2000円/松田☎3674 -6418=9時~12時

### 

グリーンパレス/入会金1000 円/月2000円/望月☎3653 -3506

### 熟年男性料理教室 友和会

毎月第3月10時30分~14時/ 鹿骨健康サポートセンター/ 入会金1000円/年会費1000円 /月1000円/種村 3671-1 180

### 押し花小岩

### 小岩ふしぎな花倶楽部

月2回10時~13時/小岩アーバンプラザ/入会金1000円/ 月2000円/山本☎080-3125 -7235

### 英会話 江戸川スポークン イングリッシュ

毎月第1~3月19時~21時/ グリーンパレス/入会金2000 円/月4000円/水野☎3651 -7534=15時以降

### こどもの絵画と造形 アトリエブルーミューズ

毎週丞15時~16時30分/中平 井コミュニティ会館/1回80 0円/上野☎080-5426-88 58/3歳~小学生対象

### 実用書道硬筆 明筆さくら

月3回月16時~18時/グリーンパレス/月2000円(小・中学生1700円)/佐藤☎090-4916-0033/小学生以上対象

### 小岩将棋愛好会

毎週回17時30分~21時30分/ 西小岩コミュニティ会館/月 300円/名倉☎3652-7577

### 囲碁 碁楽会

毎週回 9 時~16時30分/一之 江コミュニティ会館/入会金 2000円/月1000円/大江☎0 90-8046-5385=10時~16時

### さわやか囲碁クラブ

毎週図9時~17時/松江コミュニティ会館/入会金2000円/月1000円/斉田☎3670-6391=10時~16時

### 電話のかけ間違いにご注意!

日時/会場/費用/連絡 先=電話の時間指定/その ほかの順で掲載しています。 活動の内容など詳しくは、 直接各サークルにご確認く ださい。

問編集係☎5662-0403

申告は税務署へ

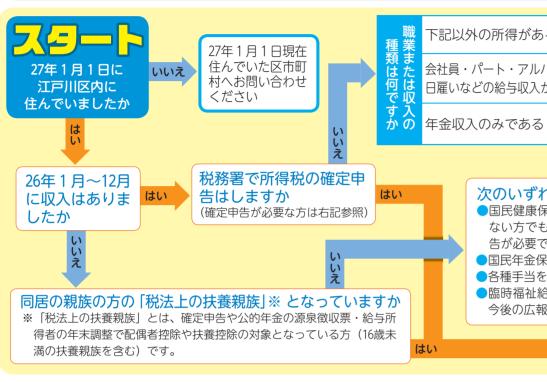
e-Tax

# 税が支えるみんなの暮らし

# 住民税の申告は正しくお早めに



# はじめに、申告が必要かチェック!



下記以外の所得がある 会社員・パート・アルバイト 日雇いなどの給与収入がある

### 次のいずれかに該当しますか

- ●国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入している(収入の ない方でも保険料の減額や高額療養費の支給を受けるには申
- ●国民年金保険料の免除を申請する ●都営住宅に住んでいる
- ●臨時福祉給付金を申請する(27年度に支給予定。詳しくは、

●65歳未満(昭和25年1月2

日以降生まれ) で公的年金

収入が105万円以下である

日以前生まれ)で公的年金

収入が155万円以下である

●65歳以上(昭和25年1月1

記入されていない控 除(生命保険料・地 震保険料・医療費な ど)を追加しますか

あなたが扶養している 方(親族・配偶者)はははい 年金の源泉徴収票に記 入されていますか

ステップ2へ

住民税の申告は不要です

### ステップ 2 住民税の申告 申告は区役所へ

平成28年度採用 I 類採用説明会

### 申告に必要なもの

●特別区民税・都民税申告書(区役所・各事務所にあります)

- 2本人確認ができるもの
- ▶運転免許証、健康保険証、在留カードなど
- ③印鑑(朱肉を使用するもの)
- 426年中の収入状況が分かるもの
- ▶給与・公的年金の源泉徴収票、給与支払明細書など
- ⑤各種控除を受けるための必要書類
- ▶26年中に支払った医療費・健康保険料・国民年金保険 料などの領収書、生命保険料・地震保険料などの控除 証明書
- ▶勤労学生控除⇨学生証

● 事務職向け説明会

る場合があります。

掲載)をご覧ください。

- ▶障害者控除⇨障害者手帳、介護保険被保 険者証、障害者控除対象者認定書など
- ▶配偶者特別控除⇨配偶者の収入を証明す るもの

■ 3月14日田14時~16時30分(13時30分開場)

■ 3月18日丞14時~16時30分(13時30分開場)

※各日とも会場の都合により、入場を制限す

◎受験資格や募集職種、採用予定数などは、

「採用案内」(3月12日困から区役所・各事

務所などで配布予定、区ホームページにも

場値タワーホール船堀5階大ホール

●技術職・専門職向け説明会

場値グリーンパレス4階ホール



3月16日 同までに申告書と必要書類を提出してください。

- ※期限を過ぎると納税通知書の発行が遅れたり、課税証明書 を発行できなかったりする場合があります。
- ◆郵送⇒〒132-8501(住所不要) 江戸川区課税課宛て
- ◆持参□直接各会場へ ※車での来場はご遠慮ください。 いずれの会場も受付時間は9時~16時30分です。
- ●区役所での受け付け(会場:南棟5階501・502会議室)

	2月							3月																	
$\Box$	20 ⊟	21 ⊟	22 日	23 日	24 ⊟	25 日	26 日	27 日	28 ⊟	1	2 ⊟	3	4	5 🗆	6	7 日	8	9	10 ⊟	11	12 日	13	14 ⊟	15 ⊟	16 ⊟
程	金	土	$\Box$	月	火	水	木	金	土	$\Box$	月	火	水	木	金	土	$\Box$	月	火	水	木	金	土	$\Box$	月
	0	_	_	0	0	0	0	0	_	0	0	0	0	0	0	_	_	0	$\bigcirc$	0	0	0	_	0	0
																				- /				–	

○⇒受け付け可/−⇒受け付け不可

江戸川区職員採用検索

格(取得見込み含む)を有し、昭和50

▶ 持参⇨ 2 月27日 8 時30分~17時

第二次選考⇒4月12日回(面接)

平成27年度採用 歯科衛生

受験資格 国籍、学歴を問わず、歯科衛生士の資

申 込 期 間 ▶ 郵送 (消印有効) ⇒ 2 月26日 困まで

募集案内・申込書など 区役所、各事務所・図書館

**選考日·方法** 第一次選考⇒ 3 月22日回 (教養·作文)

※受験資格など詳しくは、「募集案内」または区ホ

**採用予定数** 1名 **配属先** 保健所など

・健康サポートセンターなどで配布

**採用時期** 27年6月1日以降

ームページをご覧ください。

年6月2日以降に生まれた方

### ●区役所以外での受け付け

会場	日程
小松川区民館	3月11日丞・12日困・13日圗
葛西区民館	3月5日困・6日盈・16日月
小岩区民館	3月9日月・10日四・16日月
東部区民館	3月2日周・3日四・16日周
鹿骨区民館	3月12日困・13日盈・16日月



### お知らせ 軽自動車税の税率改正について

広報えどがわ26年11月20日号において、27年度から、原動機 付自転車および二輪の軽自動車・小型自動車、小型特殊の税率 を引き上げるお知らせをしましたが、これらを1年延期し、28 年度から実施する法改正が予定されています。決定次第、広報 えどがわ、区ホームページなどでお知らせします。

問諸税係☎5662-1007

### 個人住民税額が試算できます

**尚・申込先** 〒132-8501 (住所不要) 職員課能力開発推進係

(区役所 3 階 5 番) ☎5662-1003

座談会も開催します!

江戸川区のことをさらに知ってい

ただくため、「えどがわ☆ガールズ

トーク」(女性限定)、「えどがわ座

談会」(事務職対象)を実施します。

※各会とも2回実施(入れ替え制)。

申3月1日回から区ホームページ

■ 3月17日図10時~15時30分

場グリーンパレス2階

**人**各100人 (申込順)

(電子申請)で

区ホームページ内の「くらし・手続き」⇨「税金」⇨ 「税額試算シミュレーション」からご利用ください。

申告は 便利な郵送で



住民税 税額試算シミュレーション ・・・〉 個人住民税額を試算できます

# 公開講座

「授業の雰囲気を味わってみたい」「入 学したいけど通えるか心配」という方な EDUGAWA SINCE 2004 ど、この機会にぜひ、人生大学の授業を sougou-Jinsel-Daigaku "体験"してみませんか。



### テーマ「発見のある暮らし」

~ひとつの興味、ひとつの知識が暮らしの風景を変える~

- 3月18日丞14時~16時
- 場篠崎文化プラザ 人80人(申込順)
- NPO 法人南房総リパブリック代表理事
- ・馬場未織
- 申問2月23日月9時から電話で、 江戸川総合人生大学☎3676-9075



### コラボ産学官参加大学「第12回研究成果発表会」

温都税ホームページ⇨ http://www.tax.metro.tokyo.jp/

「3Dをつかったモノづくり」をテーマに、大学の最先端技術など を紹介します。商品開発や販路開拓にお役立てください。

从中小企業者80人(申込順) #江戸川区 ほか

主申問電話またはファクシミリ(住所・氏名・電話を記入)で、

コラボ産学官☎5696-9425・四3877-1207

# 花のまちづくりスキルアップ講座のシギングバスケットづくり

■ 3月15日回10時30分~12時30分

所得税の確定申告

がある場合などで、主に次のような方です。

▶給与所得があり、次のいずれかに該当

▶事業所得や不動産所得、譲渡所得などがある

1給与等の収入金額が2000万円を超える

**3**給与等を 2 カ所以上から受け取っているなど ▶公的年金等に係る雑所得があり、次のいずれかに該当

①公的年金等の収入金額が400万円を超える

所得以外の所得金額が20万円を超える

管轄する税務署となります。

さらに、国税電子申告・納税システ

ム「e-Tax」を利用すると、そのま

温住民税ホームページ

juminzei/index.html

○ 所得税・消費税・贈与税

※車での来署はご遠慮ください。

**☎**5658-9311

**2**3683-4281

ま送信(提出)できます。

申告書を提出することができる場合があります。

「所得金額の合計額」から「所得控除の合計額」を差し引くと「残額」

②給与所得・退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える

②公的年金等の収入金額が400万円以下でも、公的年金等に係る雑

※確定申告書を提出する必要がない場合でも、所得税の還付を受ける

※確定申告書の提出先は、原則として申告の際の住所地(納税地)を

◎申告や納税についてご不明な点は、税務署へお問い合わせください。

パソコンで確定申告書が作成できます

告書等作成コーナー」を利用すると申告書が簡単に作成できます。

提出先・問い合わせ

⇒ http://www.city.edogawa.tokyo.jp/kurashi/zeikin/

▶葛西事務所管内の方⇨江戸川南税務署(清新町 2 - 3 -13)

▶上記以外の方⇔江戸川北税務署(平井 1 - 16 - 11)

温国税庁ホームページ⇨ http://www.nta.go.jp/

○ 法人・個人事業税 中央都税事務所☎3553-2151

○ 固定資産税 江戸川都税事務所☎3654-2151

○ 住民税の申告 江戸川区課税課☎5662-1008・1009

国税庁ホームページ(http://www.nta.go.jp/)内の「確定申

- 場南小岩コミュニティ会館 从30人(申込順)
- ¥3500円(教材費 ほか) **詩**汚れてもよいエプロン
- 申問2月23日月9時から電話で、えどがわ環境財団 公園サービス第三係☎3678-6120



住民税の申告を

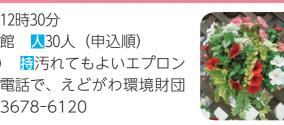
勤務先から江戸川区に年末 調整済みの給与支払報告書 が提出されていますか

年金のうち、遺族・障害年 はい 金のみを受けていますか いいえ

- ●各種手当を受給している

今後の広報えどがわなどでお知らせします

会場	日 程
松川区民館	3月11日丞・12日困・13日金
西区民館	3月5日困・6日圗・16日周
岩区民館	3月9日月・10日四・16日月
部区民館	3月2日周・3日四・16日周
冒骨区民館	3月12日困・13日盈・16日月





### 申し込み記入例

①催し名・コース (希望日・時間)

②郵便番号・住所 ③氏名 (フリガナ) ④年齢 (学年)

⑤連絡先(電話・FAX 番号など)

※往復ハガキの場合は、返信用にも住 所・氏名を記入。

/FAX/

- ○原則①~⑤を全て記入
- ◎区内在勤・在学の場合は⑥勤務先・ 学校名を記入
- ○記事内に指定がある場合は⑦そのほ か記載事項を記入
- ○原則1人1枚(重複申し込みは無効)
- ※対象者は原則、区内在住・在勤・ 在学の方です。

# な催しもの

### 中高年スポーツ教室

①**小岩地区「ウオーキング」 2**月 28日田、3月7日田10時~12時 場値 小岩菖蒲園集合 問スポーツ係☎566 2-1636

②中央地区「健康ウオーキング」 3月1日□・15日□・22日□・29日□ ※いずれも一之江駅西口広場に集合。 闘9時~12時 闘中央スポーツ連絡協 議会・粕淵☎090-9834-3127

③**東部地区「ウオーキング」 3**月 1 □□・8 □□・22□□ 9 時~13時 場 東部区民館前集合 問スポーツ係 **☎**5662−1636

《人》40歳以上の方 《¥》1回10円 ※②はそのほか、交通費が別途必要(3 月 1 日・15日のみ)。《日》運動着、タ オル、飲み物ほか

### 小岩アーバンプラザの教室

いずれも高校生相当以上の方が対象。 **アクアトレーニング 3**4月2日~5 月7日の毎週困10時30分~11時30分ま たは19時~20時(各全6回) 八各70 人(抽選) ¥2520円

水泳教室(初級~中級程度) ■4月 13日~6月29日の毎週月14時30分~16 時または19時~20時30分(5月4日、 6月1日を除く各全10回) 从各70人 (抽選) ¥4200円

《<mark>場申問</mark>》往復ハガキ(記入例参照・

小岩アーバンプラザ☎5694-8151

### ◎ジュニアゴルフ教室

■ 3月3日~4月21日の毎週図(全8 回) 場京葉ゴルフセンター (篠崎町 2-44-29) 購入16時30分から・17時 30分から⇒小学生各9人/18時30分か ら⇒中学生9人/19時30分から⇒小・ 中学生9人 ※時間は各50分。いずれ も抽選。抽選会は2月28日田18時から、 グリーンパレス集会室304で実施。¥ 1万5000円 **m**PGA会員ティーチン グプロ 優江戸川区 主申間往復ハガ 郵送(必着)、〒132-0035 平井1-8-4 江戸川区ゴルフ連盟・鈴木久一☎ 3638-2151

### 

■ 3月24日四~27日盘(全4回) 場 総合文化センター2階リハーサル室 **購**【10時~10時45分⇒3 · 4 歳/11時 ~11時45分⇒5~8歳 ※各コース20 1回500円 後江戸川区 主申問2月 21日田9時から電話で、江戸川バレエ 交流会・染野☎3613-3195

### ∥Ѿソフトテニスジュニア教室

■ 4月4日~28年3月26日の田10時~ 12時 場谷河内テニスコート 人区内 在住の小学4~6年生20人(抽選)

¥1万4000円 <u>後江戸川区</u> 主申問往 復ハガキ(記入例参照・生年月日・学 校名・学年・保護者氏名も記入)で2 0013 江戸川 2-8-14-210 土屋文雄 **2**090-3067-4254

### 江戸川区少年少女オーケストラ 「オーケストラ教室」

■3月26日困・29日□13時~17時(全 2回) 場小松川小学校 八小・中学 生 ¥各回500円(楽譜代) 師東京藝 術大学名誉教授・山岡耕筰ほか 闘楽 器 置江戸川区 甲申込書を3月19日 困までに郵送 (消印有効)または持参、 〒132-8501(住所不要)文化課推進係 (区役所3階8番) 建間江戸川区少 年少女オーケストラ・細木☎080-444 8-4626 ※申込書は江戸川区音楽協 議会ホームページ(温http://eonkyo. net/) からダウンロード可。

### | 27年度手話講座受講生募集

初級 ■5月~9月の月19時~20時30 分・丞10時~11時30分(各全15回) ¥3000円

中・上級 3月~28年2月の月19時 ~20時30分・丞10時~11時30分(各全 32回) ¥2万6000円

話またはファクシミリ (記入例参照) で、江戸川ろう者協会(船堀4-1-1 タワーホール船堀3階) ☎6661-30 04.126661-3002 ※3月23日月18 時50分または25日函 9 時50分から、江 戸川ろう者協会で面接を実施。

### 認知症高齢者グループホーム 「介護者交流教室」

■ 3月12日困14時~16時 場平井会館 (平井6-50-3) ☑ 「認知症とは」 ほか ※希望する方は、グループホー ム・ラックの花平井を見学できます。 ■問電話で、ラックの花平井(平井6 **-76-11) ☎**6657**-**3836

### ||熟年相談室「介護者交流会」

在宅で熟年者を介護している家族の 方が対象です。即問各申込先へ電話で

テーマ	日時(2月)	会場	申込先
認知症サポー ト医と介護に ついて話しま しょう	25日丞 13時30分 ~15時	江東園 ☎3677	-4631
茶話会〜介護 の悩み、ほっ と一息〜	13時30分	なぎさ ☎3877	和楽苑東葛西 -8690
みんなで一緒 に体操しまし ょう		コミュ ニティ プラザ 一之江	江戸川区医師 会一之江 ☎5667-7676

### グリーンパレス50周年記念企画 婚活支援「出会いの広場」

結婚を真剣に考えている方に出会い の場を提供します。会員制で、4月~ 28年2月に4回のパーティーを開催し、 カップル誕生を応援します。人25歳~ 50歳未満の独身の男女各25人(申込順) 費用=1回4000円(パーティー参加 費) 提出書類=独身証明書(本籍地 で発行)、自己紹介用プロフィール ※詳しくは、お問い合わせください。 場申問 2 月21日田10時から電話で、グ リーンパレスマツヤ☎3651-2228(内

### スプリングコンサート2015 「マリンバアンサンブルが、またやっ |て来る! ~童謡とオリジナル~」

■ 3月7日田13時30分開演 【340人 (申込順) ¥500円(小学生以下無料) ※全席自由。₩コクリエーションほか ■ファクシミリまたは電子メール(記 入例参照)で、コクリエーション・土 谷庫夫**四**3650-2775 · ⊠kurao17027 11@vesta.ocn.ne.jp 場間東部フレン ドホール☎5666-1221

### ∥ 小岩消防署 ふれあいフェア

■ 3月1日 回10時~14時 場 個小岩消 防署(鹿骨 2-42-11) とその周辺 🔼 エドレンジャーショー、ポニー乗馬体 性別も記入)で3月7日田までに郵送 《陽》グリーンパレス 《人》各15人(申 験、スタンプラリー、はしご車搭乗体 (必着)、〒133-0051 北小岩 1-17-1 込順) 《��間》 3月10日図までに電 験ほか 間小岩消防署☎3677-0119 保育士の資格を有する、③福祉関係の

# 的制度也

### 都市計画案の縦覧

次の都市計画案の縦覧を行います。 なお、意見のある方は意見書を提出で きます。

都市計画公園 四大杉五丁目公園の変 更 縦覧・意見書提出期間=3月6日 盘まで ※田□を除く。縦覧場所=都 市計画係(区役所第三庁舎1階)、水 とみどりの課(区役所第二庁舎3階) 意見書提出先=都市計画係

小松川地区 □□小松川地区地区計画 の決定、②用途地域の変更、③高度利 用地区の変更 対象地区=京葉道路以 南の小松川地区(小松川一・二・三丁 目各地内) 縦覧・意見書提出期間= 2月23日月~3月9日月 ※田田を除 く。縦覧場所=都市計画係 ※②は東 京都都市整備局都市計画課(都庁第二 本庁舎21階)でも縦覧できます。意見 書提出先=①③都市計画係、②東京都 都市整備局都市計画課(〒163-8001 新宿区西新宿 2-8-1)

高度地区 内高度地区の変更 対象地 区=補助第142・143号線沿道地区(南 小岩三・四・五・七・八丁目、東小岩 四・五・六丁目各地内) 縦覧・意見 書提出期間=2月23日月~3月9日月 ※田田を除く。縦覧場所・意見書提出 先=都市計画係

《問》都市計画係☎5662-6369

### 区民健診補助要員の募集

雇用期間=5月25日~6月27日の月~ 田 時12時~16時 場区民施設などの 健診会場 囚囚①採血⇨看護師または 臨床検査技師20人/②血圧測定⇨看護 師10人 給与(日額)=①7500円から/ ②5000円から ※交通費を含む。 申問 履歴書 (写真貼付)・各資格の免許証 の写しを4月8日丞までに郵送(必着)、 〒134-0091 船堀4-1-1 タワーホ ール船堀6階 江戸川区医師会医療検 査センター医務課☎5676-8811 ※ 後日、面接日を通知。

### 非常勤職員募集

いずれも詳しくは区ホームページ内 「採用・募集情報」をご確認ください。 障害者福祉課 雇用期間=4月1日~ 28年3月31日 勤務日=月~ 金の週5 日 時9時~17時の指定する6時間(週 者相談事務ほか 人パソコン操作が可 能で、次のいずれかに該当する方若干 名⇒①大学で社会学、教育学、福祉、 心理学に該当する学科を卒業、②社会 福祉士、精神保健福祉士、介護福祉士、

イベントカレンダー 内容・定員・持ち物・申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

催し	日時	会場	費用	問い合わせなど	催し	,	日時	会場	費用	問い合わせなど
医療情報セミナー 「その症状 <b>? 心臓の</b> 病気?」( <mark>M</mark> 90人)		高砂地区センタ ー (葛飾区高砂 3-1-39)	なし	<ul><li>計画問電話で、江戸川病院地域連携室</li><li>☎0120-518-120</li></ul>	第67回総合体 秋季区民大会 「アイススケ-		9 時30分7		(小学生300円)/アイス ホッケー⇨6000円(小・	<b>申</b> 問 2月28日田までに郵送(必着) または電話で、〒132-0024 一之 江 3-21-10 江戸川区アイススケ
ふれあい茶席				申問2月23日月9時か	• 1				中学生2000円)	ート連盟・梅原☎5663-0555
( <mark>M</mark> 各回15人) ※ 3月3日図まで雛 <i>/</i> 形を展示中。	3月1日回 13時から・ `14時から		300円	ら電話で、えどがわ環 境財団公園サービス第 一係☎5662-5543		育祭		部総合体 新育館		<b>申問</b> 3月6日盈までに電話で、 村山秀樹☎3677-9366=9時~ 21時

現場で1年以上勤務経験がある 報酬 =月額22万1000円(予定) ※交通費 の支給は月額3万円まで。場即間履歴 送(必着)または持参、〒132-8501(住 所不要) 障害者福祉課庶務係(区役 所 2 階 1 番) ☎5662-0054 ※書類 選考の上、面接日を通知。

子ども家庭支援センター 雇用期間= 闘9時~17時 四母子自立および女性 に関する相談支援業務(パソコン業務 あり) 人精神保健福祉士・社会福祉 士のいずれかの資格を有する方または 母子自立支援などの実務経験がある方 1人 報酬=月額22万6100円 (予定) ※交通費の支給は月額3万円まで。場 ■問3月6日盈までに電話の上、履歴 書(写真貼付)・作文「母子自立・女性 支援に対する区の役割」(800字程度) を3月10日図までに郵送(必着)また は持参、〒134-0091 船堀4-2-5 子ども家庭支援センター自立支援係(勤 労福祉会館内) ☎3877-2490 ※書 類選考の上、3月14日田に面接を実施。

### 農業委員会委員の 選挙人名簿が確認できます

27年1月1日現在で調製した選挙人 名簿が確認できます。 2月23日 月~ 3月9日月8時30分~17時 場間@選 挙管理委員会事務局(区役所西棟5階) **☎**5662−5553

### 中小製造業者が活用できる 補助金・助成金説明会

国、都、区が行っている製造業向け の補助金(助成金)などの支援施策に ついて説明します。 ■ 3月3日図16時 ~18時 場タワーホール船堀 2 階福寿 【区内製造業者100人(申込順) 覆江 戸川区 主申問電話で、東京商工会議 所江戸川支部☎5674-2911

### 休館のお知らせ

### 〈設備点検などのため〉

☆松江コミュニティ会館☎5662-53 20⇒3月2日 月

☆勤労福祉会館☎3688-1481⇨3月 2 日 月 17 時 30 分 ~ 21 時 30 分

### ~スポーツ施設の教室~

(除外日など詳しくはお問い合わせください)

			回い口がらく	/C C V	.,						
スポーツランドのフ	アイス	ホッケ	一体験教室	※時間は	1時間30	分。					
	開始時間	9	日 程	定員(申込順	費	用					
直進滑走ができる小学生	18時30分	3月7日(全3回	∃〜21日の毎週圧  )	20人		200円 靴料、防具 込み。					
<b>詩</b> 長袖の服、長ズボン 場中間 2 月23日月15時から電話。	または窓	□で、スフ	ポーツランド☎30	677-171	1						
	総合	体育館	の教室								
コース名(対象)	_	開始時間		P	定員(抽選)	費用					
水泳教室 ※一般とは高校生相				<b>入</b> 、そのほ	まかが 1 B						
①ウオーキング (一般)	月火	13時 9 時20分			各20人	2870円 3280円					
②アクアビクス (一般)	月	20時 13時			各50人	各2870円					
	木	10時				3280円					
③元気に水中トレーニング(一般		11時10分			30人	3280円					
	月火	13時 9 時20分				2870円 3280円					
<ul><li>④初級 (一般・クロールと背泳ぎで)</li></ul>	水	11時20分			各15人	2870円					
25m以上泳ぐことを目指す方)	木	13時 20時	_		L 13/(						
	金	13時				各3280円					
	火	9 時20分	4月1日~6月	2日の毎	30人	3280円					
⑤ 4 種目基礎	水	11時20分 20時	週各曜日(全7・	· 8 🗆)	15人 20人	各2870円					
(一般・クロールと背泳ぎで 25m以上泳げる方)	木金	13時 20時 13時			30人 15人 30人	各3280円					
<ul><li>⑥親子(2歳6カ月以上の幼児の 保護者・2人1組)</li></ul>		10時10分			20組	2870円					
⑦幼児(3歳以上の未就学児)	水木金	15時30分		各40人	4340円 各4960円						
	水					2170円					
⑧小・中学生	木金	16時20分			各75人	各2480円					
卓球・バドミントン教室 八高村	交生相当	以上の方	※時間はいずれ	.も 1 時間	30分。						
初心者卓球 初心者卓球 (ラージボール) 初心者バドミントン 中級者バドミントン	月	10時 13時	4月6日~6月2 週(全10回)	22日の毎	60人 10人 60人 20人	各4100円					
器械体操教室 人壁倒立・逆上が	バリがで	きる小学	3~6年生 ※時	間は1時	間15分。						
器械体操	火	17時45分	4月7日~6月2 週(全11回)		50人	6820円					
※いずれも年齢は27年4月1日、学年は4月2日現在(新学年)。 《場中間》往復ハガキ(記入例参照・曜日も記入)で2月28日□までに郵送(必着)または持参、 〒133-0043 松本1-35-1 総合体育館☎3653-7441											
臨海球技場のわくわく青	空ス <u>7</u>	ポーツ塾	<u>し</u> ∼球技や陸上なる	どで運動社	申経を鍛	えます~					
コース名(対象)			曜日・時間		程	費用(月額)					
キッズ(年中・年長児)		図、困⇨	15時~15時40分	4 日	~28年3	各4200円					
プレゴールデンエイジ (小学 1・				0分月の4	毎週各曜	各3500円					
ゴールデンエイジ (小学3~6年	手生)	図、困⇒	16時50分~18時								

場申問2月23日月9時から電話で、臨海球技場第一☎3680-9251

# 夜間。休日急病診療

受診の際は、健康保険証 などを持参してください

江戸川区医師会夜間・休日急病診療所(小児科・内科のみ)

診療時間 毎日21時~翌朝6時・日祝9時~17時☎5667-7775

診療場所 西瑞江 5-1-6 (江戸川区医師会地域医療支援センター内) ※応急処置のため、薬の処方は最小限となります。

### 医療機関のご案内

●江戸川区医師会休日診療テレホンセンター(回祝9時~17時)☎・四5667-7557 ●東京都保健医療情報センター「ひまわり」(24時間) ☎5272-0303/205285-8080

●東京消防庁救急相談センター(24時間) ☎#7119/ダイヤル回線☎3212-2323

### 休日急病当番医(急病のみ、往診不可) 診療時間 9 時~17時 □ 小児科 □ 内内科 □ 限限科 □ 耳鼻咽喉科 ※外科は、救急病院をご利用ください。

-	ソレイオ		17 A / 1911 16 AX 16 / 1910	, 13/13 (/ 0
	小	ひろつ小児科	西葛西 6 - 6 - 1	<b>☎</b> 5658-3601
	内小	田村医院	江戸川 3 -39-26	<b>☎</b> 3679-0576
2		小暮医院	興宮町16-13	<b>☎</b> 3653-5347
月 22		福田クリニック	南篠崎町 2-38-13	<b>☎</b> 3679-2011
台	内	一之江駅前クリニック	一之江 8 -15-17	<b>☎</b> 5661-5150
	眼	たかま眼科クリニック	西葛西 6 - 9 -12	<b>☎</b> 5675-7165
	耳	耳鼻咽喉科鈴木医院	篠崎町 4-3-5	<b>☎</b> 3676-1150
	小	アンヌ小児科	東松本 1 -14- 9	<b>☎</b> 3672-1071
	内小	清新北診療所	清新町1-4-1	<b>☎</b> 3878-3001
3		京谷医院	北小岩 6 -17-7	<b>☎</b> 3671-8103
月 1	-	小松川病院	中央 1 - 1 -15	<b>☎</b> 3655-5511
白	内	青木クリニック	宇喜田町1039-1	<b>☎</b> 5878-3063
	眼	つかもと眼科クリニック	東小岩 5 -32-12	<b>☎</b> 3673-8151
	耳	耳鼻咽喉科増田医院	篠崎町 7-27-23	<b>☎</b> 3676-4133

### 江戸川区歯科医師会休日歯科応急診療所(要予約)

診療時間 □2 9 時~17時 (受け付けは16時30分まで) ☎・四3672-8215 診療場所 東小岩 4-8-6 (江戸川区歯科医師会館内)

存	<b>卜日応急当番接</b>	(整)	骨院	(施術時間9時~	-17時)
2月22日	おかべ整骨院			鹿骨 4-5-3	<b>☎</b> 5243-9977
	下篠崎接骨院			下篠崎町19-27	<b>☎</b> 3676-6050
3月1日	岩田接骨院			中葛西 8 - 1 - 5	<b>☎</b> 3877-7675
37111	帝北接骨院			南小岩 5 -21- 1	<b>☎</b> 3658-1233

陸上競技場の教室												
教 室 名	日時(内容・対象)							定員(先着順)	費用			
EDORIKU ナイター記録会 (写真判定装置による 記録測定)	3月18日函18時から(1000m⇒小・中学生)、18時15 分から(1500m⇒小・中学生)、18時30分から(3000m ⇒小学生以上の方)、19時から・19時30分から・20時 から(5000m⇒高校生相当以上の方)											
場問@陸上競技場☎3878-3388												
スポーツセンターの教室												
コース名(対象	录)	曜日	開始時間			程		定員(打	曲選)	費	用	
<b>募集制スポーツ教室</b> ※時間は①②③⑨⑩⑪⑭が60分、④⑤⑥⑫⑮⑩⑩®が50分、⑦⑧⑬が90分。 ※対象は、①~③が65歳以上の方、④~⑭が高校生相当以上の方、⑮~⑱が27年4月1日現在、 1・2歳のお子さん2人までと保護者1人。												
①熟年リメイク体操A		月	11時45分					20,	人	588	30円	
②熟年リメイク体操B  ③熟年リメイク体操C  ④バランスボール&ストレッチA  ⑤バランスボール&ストレッチB  ⑥バランスボール&ストレッチC  ⑦初心者バドミントン  ⑧中級者バドミントン		水	11時30分 12時45分 10時 11時				各25	5人	各5040円			
		月	20時30分			5日~7月18			5880円			
		木	10時				100人		各5460円			
⑨リラクゼーションス	トレッチ		20時30分	4月6日	18		20人					
⑩アクティブピラティスA ⑪アクティブピラティスB		_	9時30分10時45分		)毎週各曜日 12~15回)			各40人		各5880円		
②ウエーブストレッチ		金						15人		6300円		
⑬初心者卓球			10時				70人		5040円			
⑭バレエ (一般)		土	20時30分				1	30,			5880円	
⑤親子ふれあい体操A ⑥親子ふれあい体操B		木	10時 11時					各30	29 میر	960円)	人各8640円 合、各1万	
⑦親子ふれあい体操C ⑱親子ふれあい体操D		金	10時 11時					<u> </u>	.— J	お子さん1人各9260円 (2人の場合、各1万 3890円)		
コース名(対			曜日開始日	時間		B ;	程		定員(抽		費 用	
<b>月料金制教室</b> ※時間はいずれも50分。 ※学年はいずれも27年4月2日現在(新学年)。各費用は4月分。												
	Jr.バレエA (小学1・2年生) Jr.バレエB (小学3年~中学生)			0分 0分				各40,	人	分1230円		
ダ Jr.チアダンスA (小り) Jr.チアダンスB (小り)	水 16時2 17時2	00/\	4月	6日~	9 F	<b>∃</b> 19	々い	(道	32020円 具代込み)			
JI. デアタンスB (小学 3 年~中子生)   17時20万   日の毎週各曜日   各50人   (過葉1人区のグ)												

	コー人石(対象)	唯口	用和内内间		<b> 上貝(加西)</b>	其 用			
	月料金制教室 ※時間はいずれも50分。 ※学年はいずれも27年4月2日現在(新学年)。各費用は4月分。								
	Jr.バレエA (小学 1 · 2 年生)	月	16時20分		各40人	各1230円			
	Jr.バレエB(小学3年~中学生)		17時20分	4月6日~9月19 日の毎週各曜日 (全20~23回)					
タ	`Jr.チアダンスA (小学 1 ・ 2 年生)	水	16時20分		各50人	各2020円			
	Jr.チアダンスB (小学3年~中学生)	小	17時20分			(道具代込み)			
	Jr.HIPHOP A (小学 1・2年生)	金	16時20分			各920円			
ス	Jr.HIPHOP B (小学3年~中学生)	並	17時20分						
	Jr.新体操A(小学 1・2年生)	+	15時		各40人				
	Jr.新体操B(小学3年~中学生)	_	15時55分						
/-	Jr.器械体操A(小学1・2年生)	月	16時	4868 0814	各25人	各2050円			
体操	Jr.器械体操B(小学3年~中学生)		16時55分	4月6日~9月14日(全21回)					
	】Jr.トランポリン(小・中学生)		16時20分	U (12:18)	20人	2460円			
球技	Jr.卓球A(小学1・2年生)	金	16時	4月10日~9月18	各20人	各1540円			
技	Jr.卓球B(小学 3 年~中学生)	717	17時	日 (全23回)		_ 1540FJ			

|問||》往復ハガキ(記入例参照・コース名(第3希望まで可)・性別・生年月日・現在受講 中の方はコース名も記入)で2月28日田までに郵送(必着)または持参、〒134-8601(住所 不要) スポーツセンター☎3675-3811 ※月料金制教室のダンス・体操・球技の重複は可。





FM えどがわ (84.3MHz)

「江戸川季節だより」 2月の放送 📘 2月28日田10時18分ごろから (10~15分程度) 内 「区内農産物の直売所〜新鮮野菜の自動販売機〜」 ₩江戸川区農業経営者クラブ・大塲常則

8

問農産係☎5662-0539

大規模な地震が発生した場合、区では関係 機関や民間協力団体から情報提供を受け、さ まざまな手段で地域に即した災害情報を発信 します。区からの正しい情報を受け取り、状 況に応じた避難行動を取りましょう。

問危機管理係☎5662-2037

# **'ol.3** 〜災害時の情報伝達と避難行動〜

### 災害時の情報伝達

正しい情報を収集し、噂やデマに惑わさ れず落ち着いた行動を取りましょう。

### FM えどがわ 84.3MHz

区内の災害情報を放送します

### ホームページ

「防災」のページから**防災マッ** プやツイッター、フェイスブッ **ク**がご覧になれます



区役所 ・地震情報

も確認できます

避難情報

防災行政無線 290基

放送内容は、区ホームペー

ジまたは**☎3652-1284**で

- ・津波情報
- ・避難所情報 ほか
- ・区内の被害状況

### えどがわメールニュース

事前に区ホームページから登録 した方に、区内の災害情報を配 信します



登録画面

### エリアメール・緊急速報メール

区域内の携帯電話(NTTドコモ・au・ソ フトバンク) に災害・避難情報などを配 信します

※メールを受信できない機種もあります。対応 機種および受信設定については、携帯電話各 社へご確認ください。

### J:COM江戸川 地デジ11チャンネル

区内の災害情報を J: COMチャンネルで お知らせします(加入者のみ)

### ツイッター

・フェイスブック



区内の災害情報を発信します

### 大切な家族の安否確認をするためには…

🙆 災害用伝言ダイヤル 大きな災害が起こると、やはり家族の安否が気掛かりになります。災害用伝言ダイヤルは、災害の発生によ り被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。

災害時の 安否確認に

録音の 場合は

再生の

場合は

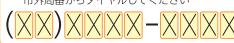
利用する録音は

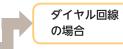
暗証番号を

利用する再生は



被災地の方は自宅の電話番号を 被災地以外の方は被災地の方の電話番号を 市外局番からダイヤルしてください





録音 (30秒以内)

プッシュ 回線の場合

または

9#

篠崎公園・

◎毎月1日・15日は、災害用伝言ダイヤルの体験利用日です。ぜひ、家族間で体験してください。

🙆 災害時特設公衆電話 災害時のみ、避難所となる区立小・中学校全校で使用できる発信専用の公衆電話です。

### 避難行動は落ち着いて!

自宅が危険で避難が必要なときには、近所の方と協力しながら避難行動を取りましょう。 また、熟年者や身体が不自由な方などの避難を支援しましょう。

### 最低3日分の 飲料水・食料を備蓄

●在宅避難の場合も、最 寄りの避難所が災害情 報の提供や救援物資の 配給場所

○自宅近くで火災が発生 した場合は、避難場所 に避難するなどの臨機 応変な行動が必要

自分と家族の安全確認 グラッときたら、身の安全を守ります

自宅に被害 がないとき

隣近所の状況確認



自宅が危険なとき

電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めて避難しましょう

-**時集合場所へ** 集団で、自宅近くの広場・公園など

火が燃え広がるなど、地域が危険なとき

避難場所(右図参照)へ (東京都指定の9カ所)

近くで火災がなく 地域が安全なとき

安全な地域の避難所へ誘導

### 避難所とは

- ○「避難が必要な方を

### 避難場所 江戸川緑地一帯 新小岩公園・ 江戸川ス 平井大橋地区 ポーツラ ンド周辺 亀戸・大島・ 一帯 小松川地区 江戸川清掃 船堀一丁目 工場一帯 住宅一帯 都立葛西工業高校 ・西瑞江住宅一帯 行船公園 ・宇喜田 江戸川南部一帯 住宅一帯

- 一時的に」受け入れ る施設
- ○「必要最低限の生活」 を支援する施設

### 外出中のときは

- ・区内であれば、開館している全ての区 施設に緊急避難できます。
- ・余震や火災から身を守るため、安全な 建物や広場で待機しましょう。

### 避難所

区立小・中学校全校(106校)に開設されます